

耄耋老人穿越73年的乡愁

■本报记者 郝河庆

今年71岁的市民孙爱国酷爱摄影。他办了一个微信公众号,展现漯河的过往岁月,记录城市日新月异的变化,吸引了很多粉丝。8月13日,孙爱国向记者讲述了一位在异乡漂泊73年的漯河老人的乡愁故事。

这位老人叫赵必成,今年90岁,在漯河生活时居住在顺河街128号。1951年赵必成参军,后来转业到地方工作。他的老伴是郾城人,现在夫妻俩居住在成都。据孙爱国介绍,赵必成老人离开漯河已经73年了,时刻都在思念家乡。

2019年,赵必成看到孙爱国的微信公众号,便与孙爱国取得了联系。此后,孙爱国的微信公众号他每天必看,并且会在后面留言,抒发情感:

——老乡,你拍的家乡的油菜花真是太美了!

——小南湖湿地公园真美,我恨不能

插翅飞到那美如仙境的地方去!家乡漯河真是一个人杰地灵的地方。作为一个远在他乡的漯河人,我感到无比自豪和骄傲。

——侄子从老家给我带来一盆小香菜,我把它搬到一楼露天的地方养,可惜最后也没养活,只剩下一盆沙河边的土。我不忍心把它倒掉,一直保留着。

——沙河,我的母亲河!她传递的温暖与柔情,正是幸福生活的样本。孙爱国,你说的那个地方——大北门渡口我太熟悉了!因为我家在顺河街沙湾两河的交汇处。在我儿时的记忆中那里并不算很繁华,可现在已是旧貌换新颜了。

——三角坑是修源汇寨挖土形成的,怎么会消失了呢?遗憾。我还曾梦想过那里变成一个湖,成为供人们休闲的地方呢!

——儿时的记忆总是清晰的。我家的亲戚多在郾城十五里店一带。我很喜欢随

嫂们去那里走亲戚。从我家出大北门,走过一段用红条石铺成的斜坡后坐船到对岸,再爬坡到小李庄。在那里能遇上大马车是很幸运和快乐的事。嫂们会买些特产如花生、青瓜、梨、枣坐在车上吃。那大马车可不像现在的公交车一样有座位,马车上只有一张席,往往坐到十五里店下车后腿脚都是麻木的,要活动很久才能走路。

——郾城最热闹的地方是衙门口,地方虽不是很大,但小吃却不少,如油酥火烧、麻辣烫、水煎包子、油馍、豆腐脑等,饭店馆子也不少。我最爱在那里逗留,至今都让人难以忘记。

——我上次回漯河是2014年。改革开放40多年来,家乡发生了巨大变化。原来我家所在的那条仍保留着民国风貌的老街——顺河街也不复存在了。那是我的乡愁啊!一个城市不能只有高楼大厦,也要有文化品位。因为文化是

一个城市发展的深层次支撑。缺乏文化品位的城市,必然缺乏发展的动力及活力。

……

8月13日,经孙爱国推荐,记者与赵必成老人在微信中取得了联系。次日,老人给记者微信留言说:“我是漯河人,因早年离开家乡,故对家乡知之甚少,希望能通过漯河更多的新媒体平台了解和重新认识故乡。”

关于对漯河魂牵梦绕的故乡情,老人留言说:他时刻都在思念家乡。但他居住过的、保留着民国风貌的顺河街没了,顺河街的红石坡没了,三角坑没了,就连顺河街旁边的赵家巷的街名也变了。“漯河市区很多老路名应该恢复和保留,因为路名是一个城市的记忆。城市就是一本史,需要从中读出历史的厚重,同时让游子能通过路名找回记忆。”赵必成说。

八年如一日 悉心照料瘫痪婆婆

■本报记者 孙 霁

8月9日晚,会展路壹号城邦小区。吃过晚饭后,陈静用盆装好热水,把毛巾浸湿、拧干,为瘫痪在床的婆婆擦洗身子后换上干净的衣服,再给她喂饭、翻身、做全身按摩。这是她每天的“必修课”,八年如一日,早已驾轻就熟。

“我老伴已经卧床八年多了,儿媳一直精心照顾她。同时她还要照顾两个孩子。你看这家里收拾得井井有条。我对儿子、儿媳除了感激就是愧疚,真是拖累孩子了。”69岁的赵金生对记者说。

赵金生的儿子赵高洁是舞阳县人民医院一分院的副院长,平时工作非常忙碌。他告诉记者,为了照顾母亲、给妻子减轻一些负担,每周五下午下班他就匆匆从舞阳赶回漯河市区的家中,每周日下午或周一早上再到舞阳县上班。

8月9日是周五,赵高洁回到漯河后,在辽河路一家超市购买了蔬菜和水果。回到家中,妻子陈静已经做好饭菜,两个孩子看到爸爸后又亲又抱,给赵高洁

说着一周他俩的学习情况,以及如何帮助妈妈、爷爷照顾奶奶。赵高洁说此时他深深感受到家庭的温暖,工作的疲惫也一扫而空。

2008年,赵金生的老伴何爱莲突发脑梗,经过治疗后仍需专人照顾。2016年,何爱莲全身瘫痪、卧床不起,赵金生和赵高洁、陈静夫妻俩承担起照顾何爱莲的责任。由于长年卧床不起,2019年,何爱莲出现了褥疮。为了治好母亲的褥疮,赵高洁四处求医,邀请专家上门会诊。

“我是家中独子,小时候母亲将所有的爱都倾注在我身上。父亲平时工作忙,母亲一把手把我拉扯大,吃了不少苦。现在她年纪大了,病了,该我和陈静好好孝敬她了。”赵高洁告诉记者,他在舞阳县上班,平时不能回家,更多照顾母亲的重担落在妻子和父母身上。婆婆瘫痪后,吃喝拉撒都在床上解决。陈静不仅不嫌弃,还无微不至地照料她。

“婆婆长年卧床、器官开始退化并伴发一些疾病,开始我也不知所措。后来就

自学护理,摸索着学习照顾瘫痪病人。”陈静说,为了解决婆婆尿失禁的问题,她还学会了如何插尿管。

“尿失禁是随时的,也不可能总求助医生。我就请教一个护士朋友,她手把手教我操作。学会之后,照顾婆婆就更方便了。”陈静说,如今她可以熟练地对婆婆进行各项护理。在赵高洁看来,妻子比专业护士更贴心、更细心,像一个“全能护理师”,换药、喂药、做营养餐、翻身、擦身、洗脚、洗头等等,日复一日、年复一年地重复着这些活儿,再苦再累也未说过一句抱怨的话。

在饮食上,陈静也十分用心,总是变着花样给婆婆补充营养。她每天6点准时起床,给婆婆准备好食物。“水果和蔬菜煮熟后需要打成糊,每天搭配着给婆婆吃。”陈静说,每天早晚两次,蔬菜和水果搭配,根据婆婆的身体情况及时调整,南瓜、土豆、红薯、香蕉等都是常用食材。这些年,家里的破壁机都用坏了3台。

“我的妻子非常善良、孝顺,这些年为了这个家付出很多,我很感激她。”赵高洁说。

“别看陈静的婆婆长年卧床,家里却收拾得干干净净,没有一点儿异味。”邻居李阿姨表示,“都说久病床前无孝子。赵高洁和陈静两口子却多年如一日悉心照顾瘫痪老人,让人敬佩。”

“其实我做得还不够,照顾婆婆是大家共同努力。两个孩子都已经上学,平时公公帮忙接送孩子,在我给婆婆换药、理发、洗澡时帮忙,付出也很多。”陈静说。

今年何爱莲身上的褥疮已经好了,这也是几年来他们最高兴的事。

父母是孩子最好的老师。陈静对老人的悉心照顾,孩子们看在眼里、记在心里,有时候陈静临时有事,两个孩子也会照顾奶奶。“这是我最想看到的,也是最让我欣慰的。”陈静说,孝道是中华民族的传统美德,希望孩子们能传承这一美德。

征集新闻线索

或老有所为、老有所学、老有所乐,培养自身的兴趣爱好,展现快乐的老年生活;或热心公益、无私奉献,不求回报帮助他人、服务社会,传播正能量,倡树文明新风;或在养生与保健方面有独特的理念、方法等;或别具情趣、心灵手巧,在生活的某方面有特长和绝活儿;或老年夫妻相濡以沫、相互扶持,有着感人的爱情故事……

如果您身边有这样的新闻线索,请联系我们。
电话:13938039936



老年人再婚应注意什么

■王晓景
案例:
70岁的李先生是一位退休干部。妻子去世后,子女在外工作,他感到孤独,想找个老伴共度晚年。后来经人介绍认识了一个女友,他想再婚却遭到子女反对:“孙子都上大学了,也不怕人笑话!”朋友也调侃:“老李,你都70岁了还谈恋爱?真是老来俏。”李先生很苦恼:“我虽然70岁了,但我的心还很年轻。我渴望爱情、渴望陪伴,这有什么错呢?”

67岁的吴女士再婚前只是和对方便见了面,觉得对方经济条件不错,就匆匆领了结婚证。谁知道婚后生活一地鸡毛。用她的话说就是:“缺点都暴露出来了——吃饭吧唧嘴,走到哪儿都是大嗓门,换下的衣服到处扔。我一天到晚给他做饭、洗衣、收拾屋子,周末还要帮忙带孙子,就像一个免费保姆。”

随着经济发展和老龄化程度的不断加深,老年人再婚现象越来越普遍,一些问题随之接踵而至。老年人再婚应该注意什么呢?

分析:
对于离异、丧偶的老年人而言,再婚可以帮助他们更好地适应生活,在实现自我保障、减少孤独感的同时也能减轻子女的压力。从法律层面讲,老年人再婚也是其行使婚姻自由权的表现,是晚年享受健康生活的一种需求和保证。但是,现实中老年人能否顺利开启新生活有以下几项制约因素:

世俗观念。世俗观念依旧普遍存在于老年人的思想中。他们觉得再婚是对婚姻的不忠,也害怕被别人说“老不正经”。

经济基础。随着年龄增长,老年人的医疗、生活等方面的开支会逐渐增加。再婚前的财产归属、再婚后的经济资源交换与共同生活开支等都是需要考虑的问题。

代际支持。不少子女出于经济与情感的考量,对父母再婚持反对意见。子女的干预成为老年人再婚路上的“绊脚石”。

再婚动机。有些老年人再婚图的是找人照顾自己的生活,还有些老年人再婚是想要减轻子女的经济负担。过于现实的再婚动机使老年再婚夫妻难以建立相濡以沫的感情,承担起互相照顾的责任。

对策:
坦诚相待。老年人在“谈情说爱”时应该真诚地讲述自己的人生历程和生活现状,明确子女对自己再婚的认可度,还应该开诚布公地谈房子、财产的处置建议,更应就商定对今后生活的打算,描绘婚后生活愿景,就婚后的家务劳动、经济关系、住房等实际问题达成一致意见。

端正态度。再婚是为了让生活得更幸福。如果只是为了排遣孤独,或者找人搭伙过日子,很容易让晚年生活陷入各种问题中。

深入了解。不能觉得对方条件不错就仓促再婚,而要花时间谈恋爱,增进了解。两人可以共同参与旅游、聚会、文体活动等,在相处的过程中了解彼此是否有共同语言与人生追求,了解对方的家庭状况、性格爱好、经济情况等,为婚后生活打下基础。

心态平和。人生步入老年,时间和精力不如以前,更要避免固执、计较。不要将新老伴与旧老伴进行比较,学会理解包容和换位思考,抱着珍惜的心态去磨合,营造温馨、舒适的氛围。

消除子女顾虑。老年人应尽早告诉子女自己再婚的想法,主动倾听子女意见,遇到问题积极沟通,避免家庭矛盾。老人要理解子女,他们反对是怕老人受委屈,可以告诉子女自己有判断力,会对自己的选择负责。同时老年人要增强自己的防骗意识,通过可靠途径寻找伴侣。

同居要谨慎。一些老年人认为,反正两个人搭伙过日子,不领证“比较简便”,万一双方“没感觉了”,分手会比较简单。但同居关系不受法律保护,其间如遇突发情况或双方的权利受到侵害,很难通过法律途径维护合法权益。因此,老年人在同居期间最好有明确的书面约定。

明确财产分配。财产问题往往易引起家庭矛盾。老年人再婚时,应明确自己的财产状况和分配方式,约定各自婚前财产的归属以及婚后存续期间属于夫妻共同财产的部分,可考虑采用婚前公证、婚后约定、设立遗嘱等方式来避免纠纷。

社会合力。子女应充分理解老年人再婚的想法,尊重老年人,给予他们充分的婚姻自由。社会应健全老年人婚恋机制,加大对老年人婚恋的支持力度,主动维护老年人再婚的合法权益,在老年人再婚问题的选择上给予其更多的理解与包容,让老人能享受晚年的幸福生活。作者为国家二级心理咨询师、社会工作者



老人秋季食补方

蘑菇豆腐汤 高温季节人体消耗很大,不少老年人被暑湿折磨得一点胃口都没有,常会出现营养缺乏的情况。这时不妨煲上一锅蘑菇豆腐汤。蘑菇是B族维生素的“仓库”,豆腐可提供丰富的优质蛋白,两者相配能满足人体对蛋白质的需求。美中不足的是嘌呤的含量稍高了,有尿酸血症和受痛风困扰的老年人要少喝。

木耳土豆汤 消化机能减退、容易受贫血困扰的老年人吃木耳再合适不过了。人们一般喜欢把木耳当配菜,和肉片、豆腐干等炒在一起食用,但是这样木耳的摄入量少了些。其实,用它煮汤是不错的选择。土豆和木耳同煮,土豆既能改变木耳的特殊气味,又能使汤变得浓香,可谓绝配。

猴头菇蹄膀汤 在蹄膀汤中加些猴头菇,不仅能吸附过多的脂肪,使汤不至于太油腻,还有健脾、去湿和养胃的功效。脾胃虚弱、容易腹泻的老年人不妨多吃些。

人间真情

母亲缝制的鞋垫

■王海川

小院内,阳光下,母亲的满头白发随风飘动。她坐在椅子上,头也不抬,一手拿着鞋样,一手拿着针线,认真地纳鞋垫,她身旁一个又黑又亮的荆条筐子中零乱地放了很多布头、鞋垫。

母亲年逾九旬,养育了五儿一女。如今我们各自都有了小家庭。父亲去世后,母亲一直在为去不去城里生活和儿孙们“闹纠纷”。 “年岁大了,我还能动弹,不想拖累你们。不管是进城里,我总得干点活儿!”母亲说。“那咱就去平顶山卖鞋垫吧!”大哥戏言。“可中,你们看我都做了多少了!”母亲立刻回应。

在这个幸福美好的新时代,机制鞋和鞋垫随处可见、花样繁多。可是,我们还是喜欢母亲纳的鞋垫。儿孙们穿着奶奶缝制的小花鞋,也总能引来羡慕的目光。对儿孙们来说,母亲做的鞋和鞋垫是独一无二,一针一线凝聚了老人家无尽的关爱和牵挂。母亲纳的鞋垫纹样错落有致,针脚密密麻麻。垫着这鞋垫,在风雨兼程的旅途中,我们一路爬坎过沟、勇毅前行,总感觉母亲就陪伴在身边。

母亲虽然年事已高,但她的精神依然矍铄。每当我回到家,总能看到她做手工的身影,她在用自己的方式默默支持着子女们前行。五十

多年来,我已记不清穿过多少双母亲纳的鞋垫。去年国庆回老家,母亲默默地走进房间,出来时双手捧着几沓鞋垫,每一沓的颜色和图案都不一样、大小各异。“人老了手脚不灵便,趁着还能动,我给你们多纳几双鞋垫。”她温和地一边说着,一边将鞋垫放入我的行李中。我早已习惯了这些,只是默默地注视着母亲,感觉眼里的泪珠在打转。返城后,由于带回的鞋垫多,我总是分给亲戚一些。儿子的姪子拿到鞋垫总要赞叹一番,羡慕她姐有福,能有这么手巧的婆婆。这时候妻子就有些嘤瑟,话头总要对我:“你都快六十了,还能穿上母亲纳的鞋垫,不觉得幸福吗?”确实,每当我脱下鞋子,那垫在鞋底的鞋垫总能唤起我对母亲的依赖,暖流顿时从脚底涌上心头。

母亲已年过九旬,但她依然坚持每天纳鞋垫。她说:“只要我还能动弹,就会做下去。”我们很担心她的身体,但看到她因为纳鞋垫而满脸笑容时,我们也就放心了。母亲很享受纳鞋垫这个过程——看到我们穿着她纳的鞋垫,她快乐而满足。她说:“只要你们喜欢就好。”她还祝愿道:谁能穿上她纳的鞋垫,谁就一定能稳稳当地走好自己的人生路。

母亲的满头白发和坚毅的面孔,是我人生路上的精神财富。



对弈 远高飞 摄

诗风词韵

夏日 (外一首)
品诗会 (外二首)

■李俊卿
荷叶滴翠云自悠,树荫摇曳鸟声稠。
风吹竹子摇清影,水绕芦苇荡碧波。
知了长鸣炎夏里,小船闲卧碧波头。
轻摇蒲扇寻凉意,心静方能暑气收。

云雾
远山云雾遮望眼,巍峨太行生云烟。
古树绝约裹轻纱,游人好似走云端。
风舒云卷千百态,谷静峡幽风动弦。
迷离紫气满峭壁,只缘我是梦中仙。

光影漯河
宵明夹岸碧丛丛,光影漯河起世踪。
取次千机融万象,腾飞千翅起双龙。
两河水韵涛声卷,十里灯廊夜色重。
最是随波流彩笔,丹青手下染春容。

泥塑
儿时玩耍忆曾经,塑艺生涯今忽惊。
思绪翩翩堪比舞,神姿栩栩自如生。
红黄绿黑陶陶就,敲打揉捏塑塑成。
拿捏偏宜寻此道,乾坤方寸匠心倾。

■李民会
如诗似画一明珠,靓丽仙姿尽意舒。
俏白莲开热月,桃红蕊艳热炎伏。
白杨鸟鸣风摇柏,碧柳莺啼雨润竹。
旖旎风光游客醉,人间最美月牙湖。

征稿

本版真诚关注老年人的生活。如果您平常喜欢写写画画,这里为您提供一方展示自我的平台。老有所学、老有所乐的心得,家庭生活、祖孙相处的动人瞬间,邻里、朋友之间的温情故事,外出旅行的所见所闻,发生在身边的新鲜事,在养生、健身方面的经验等,您都可以动笔写下

来,与大家一起分享。您的书法、绘画等艺术作品,或者生活中的巧手小制作等,也可以在这里展示。

投稿请采用电子版,书画作品拍成照片,写清楚姓名、年龄、地址、联系方式,发送至信箱13938039936@139.com。联系电话:13938039936。